**Hlavní pravidla, která budou dodržována:**

1. V průběhu tréninkového soustředění nejpozději v 24h00 na pokojích

2. V průběhu herních soustředění či zápasů nejpozději v 23h00 na pokojích

**3. Hráči budou nosit značkové vybavení, oblečení, pantofle a obuv, které bylo poskytnuto Českým volejbalovým svazem**

4. Všichni hráči budou k dispozici pro interview na požádání novinářům

5. Po každém zápase budou hráči 30 minut k dispozici fanouškům a novinářům

6. V den cestování budou hráči nosit stejné oblečení a obuv, žádné vlastní čepice a pantofle

7. Hráčům není povoleno zúčastnit se žádného volejbalového turnaje o volném víkendu a ve svém volném čase

8. Když se zdržíš v den příjezdu (či jakémkoliv cestovním dni) v dopravní zácpě, vlak/autobus má zpoždění, jsi povinen zavolat manažerovi týmu

9. Hráči, kteří jezdí dlouhé trasy, si zorganizují cestování s alespoň jedním spoluhráčem (nejméně 2 hráči v autě)

10. Žádné přítelkyně a manželky na hotelu (kromě dohodnutého termínu 12. - 16. srpna)

11. Hráči budou zatejpováni před začátkem tréninku

12. Během tréninku se bude pít pouze na povolení trenéra

13. Protahovat se hráči budou po každém tréninku

14. Po obědě následuje alespoň hodina spánku

15. Doba regenerace musí být dodržována každým hráčem alespoň půl hodiny

16. V případě zranění jsou hráči povinni okamžitě kontaktovat manažera či týmového lékaře

**General Rules needs to be followed by the team:**

1. During training camp before 24 hours in the hotel
2. When matches will be played 23 hours included friendly matches and training camp
3. **Players has to wear brand clothes, bathing slippers and shoes which will be provide by the Czech Volleyball Federation**
4. All players must be available for an interview on request of a journalist
5. After each match players must be at least 30 minutes available for fans and journalist
6. On traveling days players has to wear the same clothes and shoes and no caps and bathing slippers
7. Players are not allowed to participate in any volleyball tournament during the free weekends and free time.
8. When you have a delay on the travel day by traffic jam or train you need to call the manager
9. Travel expensive players must organized to travel with more than at least 2 players in the car
10. No girl friends and wives in the Hotel. Except in a agreed period 12 till 16 august
11. Taping must be done before the training
12. Drinking during training only on request of trainer
13. Stretching after each training
14. After lunch break at least one hour sleep
15. Regeneration time must be done by every player at least an half an hour
16. By injury you have to contact their immediately